Cocina con Thermomix



susaeta

Técnicas de elaboración

La mayoría de las recetas elaboradas con la THERMOMIX son muy fáciles de preparar y no requieren gran esfuerzo. Si usted es una persona que cuida su salud y le gusta la comida sana y con todas sus vitaminas, puede sacarle partido al recipiente «varoma» preparando tanto verduras como carnes al vapor.

Con la ayuda de un film transparente podrá hacer la carne al vapor en el recipiente varoma y al mismo tiempo una salsa en el vaso para enriquecer el plato conservando todo su sabor.

Otra de las ventajas que le ofrece la THERMOMIX es la de preparar masas para pizza, cocas, empanadas, pan... o, como en este caso, bechamel dulce, con la que conseguiremos unas «croquetas» muy originales, exquisito postre que además tiene una presentación impecable.

Con los Boletus edulis *(boletos), hongos muy cotizados y apreciados entre los más entendidos en gastronomía, hemos preparado unos triángulos con pasta brick. Su textura crujiente y suave sabor sorprenderá a los paladares mas exquisitos.*

Rollos de carne



1. Coloque una lámina grande de film transparente. En el centro ponga la carne.

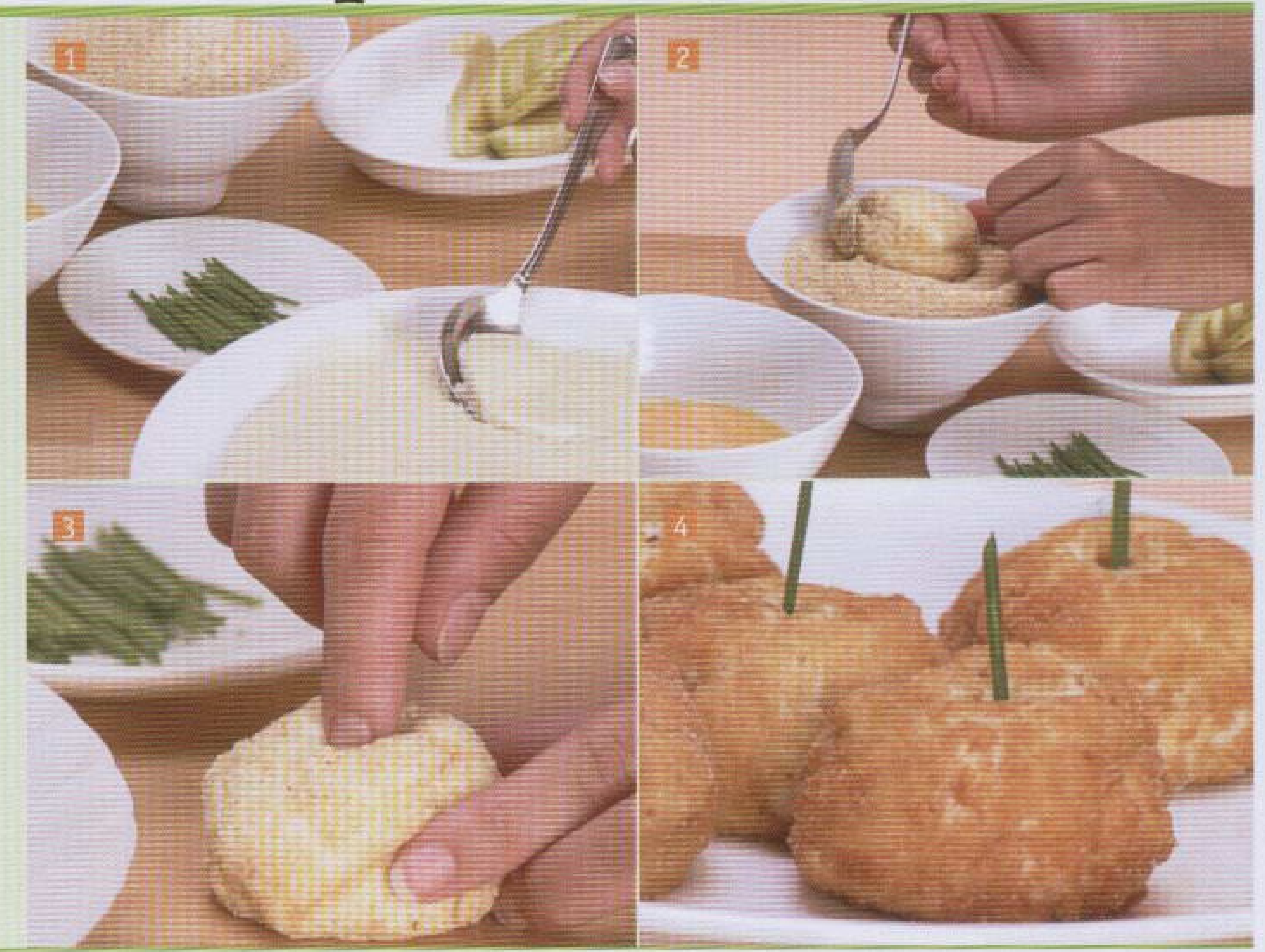
2. Deposite sobre la carne el relleno que desee y, a continuación, envuelva el filete sobre sí mismo.

3. Coloque el rollo de carne en uno de los extremos del plástico y envuélvalo poco a poco con el film.

4. Por último, anude los extremos para evitar que se abra con el calor.

Croquetas de manzana

1. Haga una bechamel dulce según la receta de la pág. 94. Déjela enfriar y coja pequeñas porciones con la ayuda de una cuchara.
2. Pase la masa primero por harina, luego por huevo y por último por pan rallado.
3. Moldee la masa dando forma de manzana y presione suavemente con el dedo sobre uno de los polos.
4. En una sartén con aceite caliente fría las «manzanitas» hasta que se doren. Para finalizar, decore cada una con un poco de cebollino.



Triángulos de boletos



1. Extienda la oblea de pasta brick sobre una superficie lisa, córtela en tiras de 6 cm aproximadamente de ancho y deseche los bordes.
2. Pincele cada tira con yema de huevo batida.
3. Ponga una pequeña cantidad del preparado que ha elaborado con los boletos en uno de los extremos de cada tira.
4. Doble la pasta sobre sí misma en forma de pañuelo hasta terminar la tira. A continuación fría los triángulos en una sartén con aceite muy caliente hasta que adquieran un tono dorado con cuidado de que no se quemen.

Entrantes y ensaladas



Triángulos de boletos



Para el relleno:

50 gr de aceite de oliva

1 diente de ajo

200 gr de boletos

100 gr de cebolla

Sal

Pimienta

100 gr de foie

Para la masa:

1 paquete de pasta brick

1 yema de huevo

Para la vinagreta:

30 gr de vinagre balsámico

100 gr de aceite de oliva extra virgen

Sal

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Trocee los boletos, el foie y la cebolla.
2. Vierta todos los ingredientes del relleno en el **vaso** excepto el foie y **programe 5 segundos, velocidad 3 1/2.**
3. A continuación **programe 4 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 4.**
4. Transcurrido el tiempo, deje enfriar, agregue el foie y **programe 5 segundos, velocidad 3 1/2.**
5. Corte las obleas de pasta brick en tiras y píntelas con yema de huevo. Ponga una pequeña cantidad del relleno anteriormente preparado en un extremo de la tira y enrolle ésta sobre sí misma, con cuidado de que el relleno no se salga, hasta que se forme un triángulo.
6. Coloque los paquetitos triangulares en una fuente especial para hornear y hornee a 200 °C durante 10 minutos hasta que se doren.
7. Prepare la salsa vinagreta echando en el **vaso** el vinagre, el aceite y la sal. **Programe 15 segundos, velocidad 4** y reserve.
8. Coloque los triángulos en un recipiente, acompañe con la salsa vinagreta y sírvalos adornados al gusto.



Triángulos de boletos

Queso camember rebozado

con mermelada de pimientos del piquillo



2 tarrinas de queso camember

200 gr de pan rallado

2 huevos

Aceite de oliva para freír

Para la mermelada:

100 gr de zanahoria

1 limón

500 gr de pimientos del piquillo frescos

500 gr de azúcar

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Lave, pele y corte la zanahoria en trozos.
2. Pele el limón, deseche las pepitas y pártalo en trozos.
3. Lave los pimientos, deseche las semillas y trocéelos **(6 segundos, velocidad 4).**
4. Añada el limón y la zanahoria al **vaso** y **programe 30 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 1.**
5. Si nota que la mermelada ha quedado demasiado líquida, **programe la temperatura varoma 5 o 10 minutos más.**
6. Vierta la mermelada sobre cuenquitos individuales y deje enfriar. Reserve.
7. Corte en triángulos regulares el queso camember, páselos por huevo y seguidamente por pan rallado.
8. En una sartén con aceite bien caliente fría los trozos de queso con cuidado de que no se quemen.
9. Retire el queso de la sartén, colóquelo en papel absorbente para eliminar todo resto de aceite y sírvalo bien caliente acompañado de la mermelada de pimientos de piquillo.



Queso camember rebozado con mermelada de pimientos del pi

Ensalada de patata, cebolla y zanahoria

con mayonesa de pistachos

Para la ensalada:

300 gr de patatas peladas cortadas en rodajas

200 gr de cebolla en aros

300 gr de zanahorias peladas y cortadas en rodajas

Unas hojas de escarola

600 gr de agua

Sal

Para la salsa:

1 huevo

50 gr de pistachos

Zumo de ½ limón

½ cubilete de agua

4 cubiletes de aceite de oliva



PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Lave bien la escarola y centrifúguela. Reserve.
2. Coloque las patatas, la cebolla y las zanahorias en el **recipiente varoma,** sazone y cierre.
3. Vierta el agua en el **vaso** y disponga el **recipiente varoma** encima. **Programe 40 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.**
4. Transcurrido el tiempo retire las patatas, la cebolla y las zanahorias y deje que se templen un poco.
5. Coloque la escarola en una fuente y disponga el resto de los ingredientes por encima procurando que tenga un aspecto atractivo. Reserve.
6. Pele los pistachos, deseche la cáscara y exprima sobre ellos el zumo de medio limón.
7. Introduzca el huevo y los pistachos en el **vaso** y triture a **velocidad progresiva 5-7-9** durante unos segundos.
8. A continuación, añada el agua y mezcle unos segundos más a **velocidad 5.**
9. Transcurrido el tiempo, **programe velocidad 4 o 5,** vierta el aceite del **cubilete** por el bocal teniendo cuidado de que no salpique.
10. Añada la salsa a la ensalada y sirva fría.



8 huevos de codorniz

500 gr de agua

Sal

Para el guacamole:

2 aguacates maduros

50 gr de cebolla

1 diente de ajo

1 tomate maduro

Sal

Unas gotitas de tabasco

Salsa perrins

Unas gotas de limón

Hojas de cilantro

½ cubilete de aceite de oliva

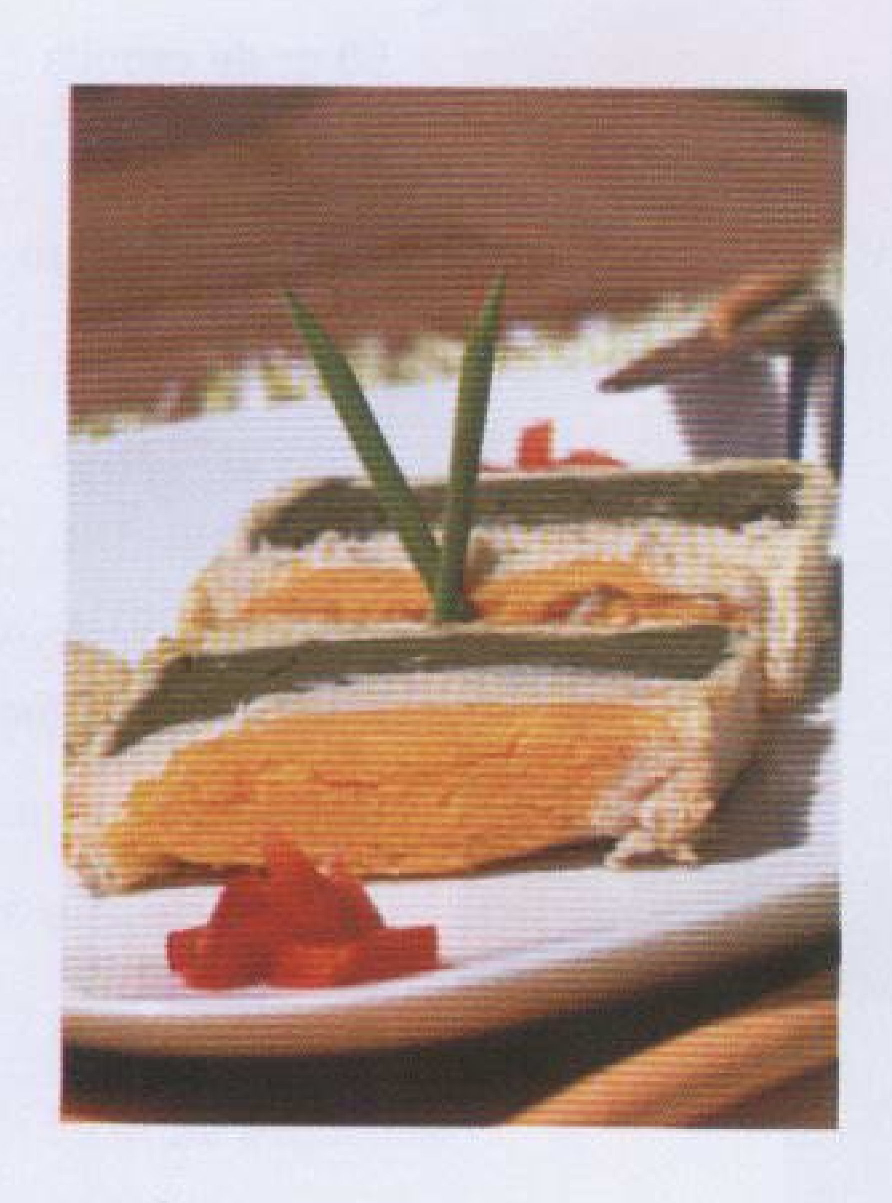
Guacamole

con huevos de codorniz

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Parta los aguacates por la mitad y extraiga el hueso clavando un cuchillo en él y tirando mientras gira.
2. Pele la cebolla, el diente de ajo y el tomate. Si lo desea, para retirar la piel del tomate con mayor facilidad, puede escaldarlo poniéndolo en agua hirviendo durante 2 minutos.
3. Vierta estos ingredientes en el **vaso** y **programe 15 segundos, velocidad 6.**
4. Con la ayuda de la **espátula**, desprenda los restos de guacamole que hayan quedado en las paredes del **vaso.**
5. Ponga la **mariposa** en las **cuchillas, programe 30 segundos, velocidad 4.**
6. Vierta esta mezcla en un plato y reserve.
7. Casque los huevos sobre el **recipiente varoma** y sazónelos.
8. Vierta el agua en el **vaso** y coloque el **recipiente varoma** bien tapado sobre éste. **Programe 25 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.**
9. Transcurrido el tiempo ponga el guacamole en un plato y acompañe con los huevos de codorniz.

Pastel de verduras



200 gr de zanahorias

200 gr de coliflor

200 gr de espinacas

3 huevos

150 gr de nata líquida

180 gr de gelatina en polvo

90 gr de aceite de oliva virgen extra

Sal

Pimienta

Mayonesa de pistachos

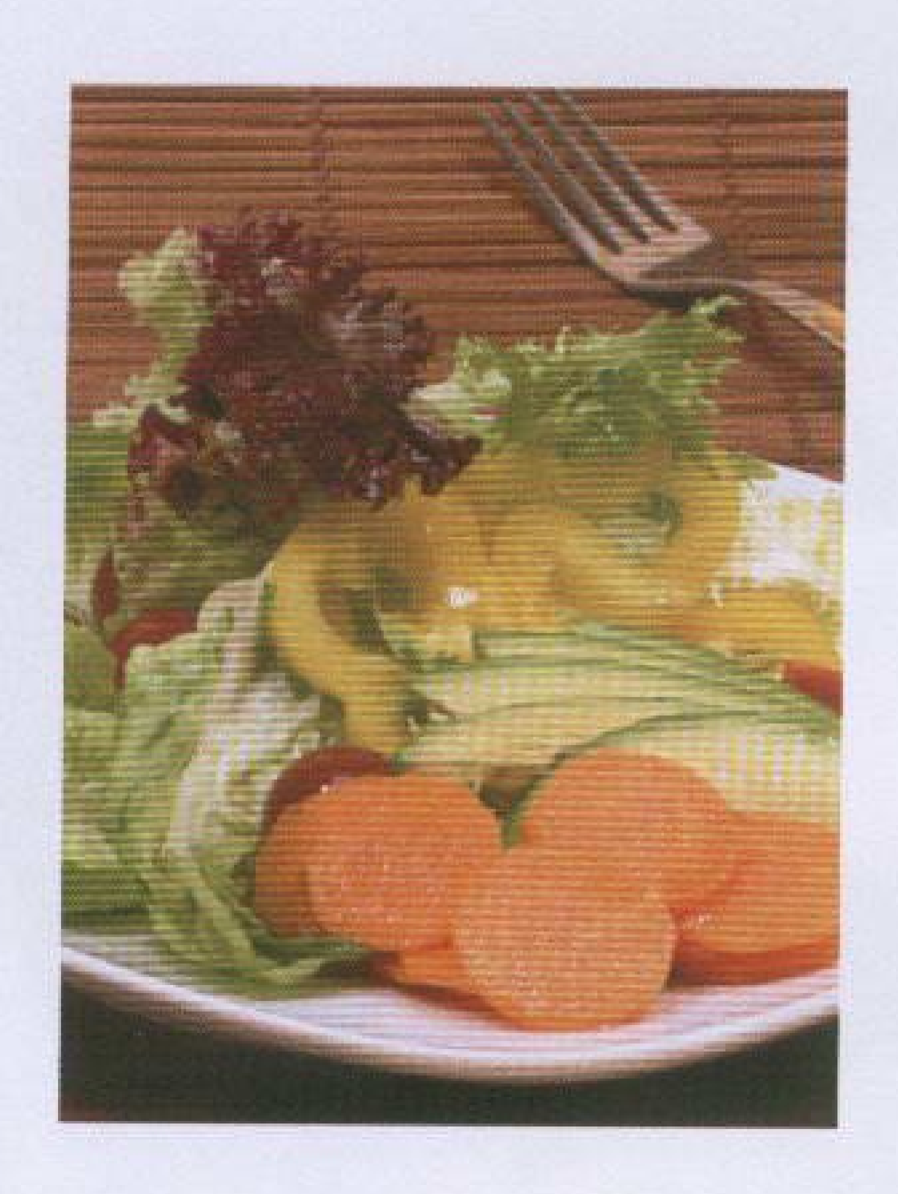
PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Pele las zanahorias y pártalas en trozos.
2. Triture las zanahorias en el vaso a **velocidad progresiva 5-7-9 durante unos segundos.**
3. Añada 1 huevo, 50 gr de nata líquida, 60 gr de gelatina, 30 gr de aceite, sal y pimienta y **programe 10 minutos, temperatura 90 °C, velocidad 4.**
4. Transcurrido el tiempo, quite la temperatura y **programe 2 minutos, velocidad 5** y remueva al mismo tiempo, con la ayuda de la **espátula,** para que quede bien fino. Reserve.
5. Repita la misma operación primero con la coliflor y luego con las espinacas.
6. En un molde untado con aceite, coloque una capa de pasta de zanahoria, otra de coliflor y por último una de espinacas.
7. Deje enfriar en el frigorífico, retire el molde y sirva acompañado, si lo desea, de una mayonesa de pistachos (*véase* pág. 16).



Pastel de verduras

Ensalada mixta primaveral



Para la ensalada:

3 cogollos de Tudela

2 zanahorias

12 tomatitos cherry

1 pimiento amarillo

1 pimiento rojo

2 aguacates

1 escarola

1 lolo rosa

Para la salsa:

250 gr de aceite de oliva

50 gr de vinagre de jerez

Sal

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Lave los cogollos y córtelos en cuatro.
2. Lave, pele y parta las zanahorias en rodajas.
3. Quite la piel de los aguacates, retire el hueso y pártalos en trozos.
4. Lave, corte y centrifugue el resto de las verduras de la ensalada y colóquelas en una fuente dando un ambiente primaveral.
5. Coloque todos los ingredientes de la salsa en el **vaso** y **programe 40 segundos, velocidad 5.**
6. Rocíe la vinagreta sobre las verduras y sirva bien fría.



Ensalada mixta primaveral

Almejas en salsa verde

750 gr de almejas

1 cubilete de guisantes congelados

70 gr de aceite de oliva

Una cebolla mediana

2 dientes de ajo

25 gr de harina o pan rallado

Zumo de ½ limón

150 gr de vino blanco

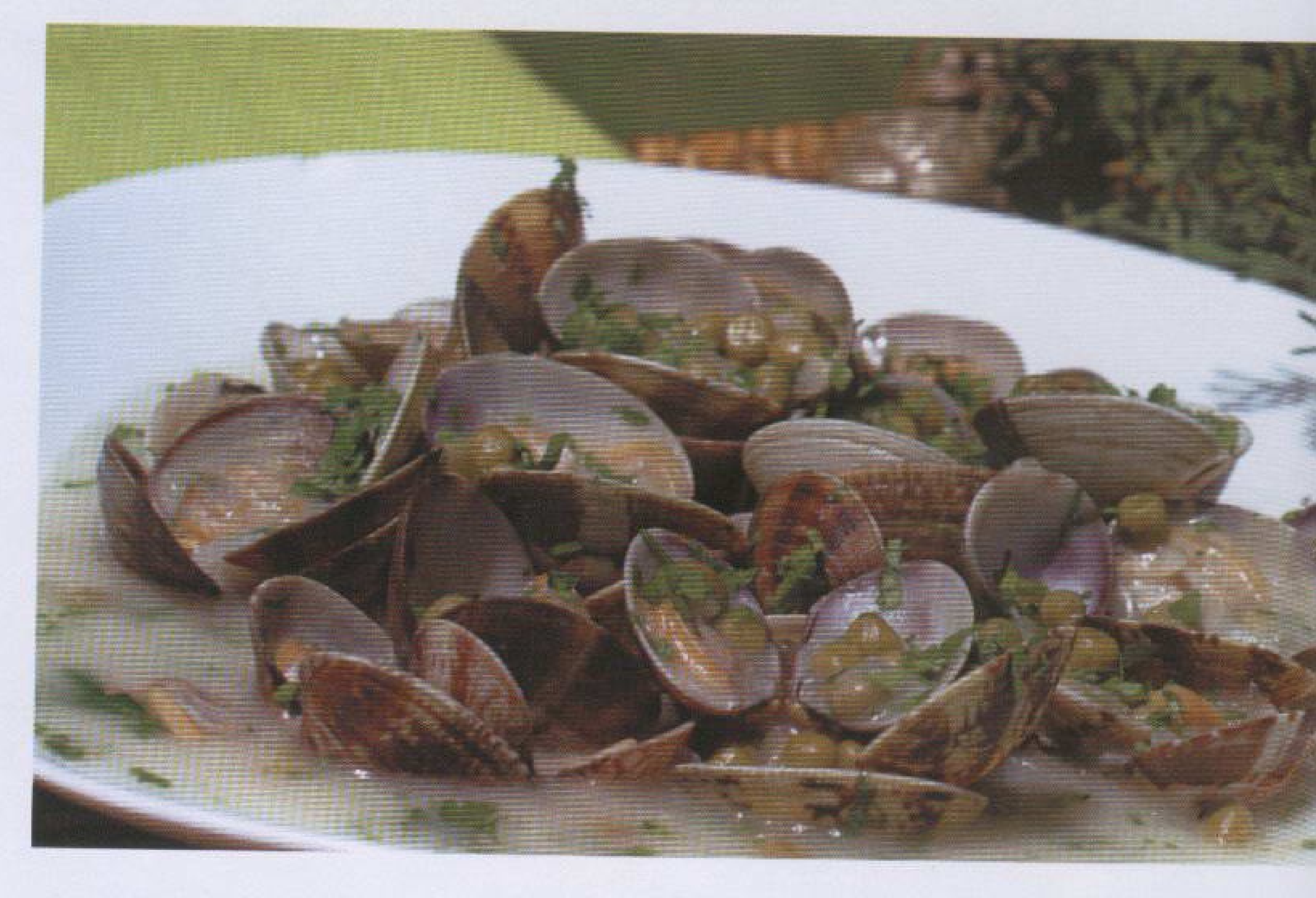
½ cubilete de perejil

1 pastilla de caldo de pescado

100 gr de agua

Sal

Pimienta



PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Ponga las almejas en remojo con sal para eliminar todo resto de tierra. Lávelas en varias aguas frotándolas unas contra otras bajo el grifo de agua fría.
2. Coloque las almejas en el **cestillo** junto con los guisantes y reserve.
3. Introduzca en el **vaso** el perejil y **programe 10 segundos, velocidad 6.** Reserve.
4. Para el sofrito agregue al **vaso** el aceite, la cebolla y los ajos. **Programe 5 segundos, velocidad 3 ½** y seguidamente **programe 5 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 1.**
5. Añada la harina en los últimos segundos, el limón, el vino, el agua y **mezcle 15 segundos, velocidad 8.**
6. Baje con la ayuda de la **espátula** lo que se haya adherido a las paredes del **vaso,** añada la pastilla de caldo de pescado y sazone al gusto. Ponga el **cestillo** y **programe 10 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 4.**
7. Compruebe que se han abierto todas las almejas, de no ser así, programe unos minutos más y si alguna no se abre, deséchela.
8. Espere unos instantes, retire el **cestillo** y vierta el contenido en una fuente o plato. Añada el perejil al caldo, rectifique de sal la salsa y viértala sobre las almejas. Sírvalas muy calientes.



200 gr de pimientos rojos

200 gr de cebolleta

200 gr de tomates maduros

16 langostinos

100 gr de aceite

2 cubiletes de agua

Una pizca de comino molido

Unas hojas de escarola

Sal

Ensalada de verduras asadas

y langostinos

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Lave bien la escarola y reserve.
2. Coloque los langostinos en el **recipiente varoma** con sal y reserve.
3. Lave los pimientos, deseche las semillas y pártalos en trozos. Corte la cebolleta y los tomates e introduzca los tres ingredientes en el **vaso** junto con el aceite y el comino. Sazónelo al gusto y **programe 5 segundos, velocidad 3 1/2.**
4. Añada el agua, coloque el **recipiente varoma** encima del **vaso** y **programe 15 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.**
5. Transcurrido el tiempo mezcle los langostinos con el pisto resultante para que coja el gusto y el aroma del comino.
6. En un plato disponga la escarola, las verduras y los langostinos y decórelo al gusto.

Ensalada de judías verdes

con vinagreta emulsionada



Para la ensalada:

6 hojas de lolo rosa

12 tomatitos cherry

600 gr de judías verdes sin hebras troceadas

600 gr de agua

Sal

Para la salsa:

1 huevo

30 gr de vinagre de jerez

½ cubilete de agua

150 gr de aceite de oliva

2 cucharaditas de mostaza

Sal

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Ponga la **mariposa** en las **cuchillas** y coloque las judías verdes en el **vaso.** Añada el agua, sálelo y **programe 20 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 1.**
2. Una vez cocidas las judías verdes, refrésquelas con agua fría y hielo y escúrralas. Reserve.
3. Introduzca todos los ingredientes de la salsa en el vaso excepto el aceite y mezcle unos segundos a **velocidad 5.**
4. **Programe velocidad 4 o 5,** vierta el aceite del **cubilete** por el bocal teniendo cuidado de que no salpique.
5. Una vez vertido todo el aceite, compruebe la textura y si desea que la salsa quede más espesa puede añadir más aceite.
6. Si por el contrario desea la salsa menos espesa, puede añadir un poco de agua para aligerarla.
7. Lave bien el lolo rosa y dispóngalo en una fuente. Lave los tomatitos cherry y pártalos en cuartos.
8. Mezcle las judías con la vinagreta emulsionada y colóquelas en la fuente.
9. Sirva el plato frío y decore con los tomatitos cherry.



Ensalada de judías verdes con vinagreta emulsionada

Ensalada de espinacas

con vinagreta a las finas hierbas y queso en rulo



Para la salsa:

25 gr de cebollino

25 gr de perejil

10 gr de eneldo

Sal

250 gr de aceite de oliva

100 gr de vinagre

Para la ensalada:

300 gr de hojas de espinaca crudas y frescas

300 gr de queso de cabra en rulo

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Introduzca las hierbas aromáticas en el **vaso** y **pique a velocidad progresiva 5-7-9** durante unos segundos.
2. Retire del **vaso** y reserve.
3. Ponga el vinagre y la sal en el **vaso** y **mezcle unos segundos a velocidad 5.**
4. **Programe velocidad 5,** vierta el aceite del **cubilete** por el bocal teniendo cuidado de que no salpique.
5. Añada las hierbas reservadas al vaso y **mezcle a velocidad 4 unos segundos.** Reserve.
6. Lave bien las hojas de espinaca, centrifúguelas, mézclelas con la salsa y colóquelas en una fuente.
7. Parta algunas rodajas de queso en rulo y colóquelas sobre las espinacas intentando dar un aspecto atractivo y sabroso.



Ensalada de espinacas con vinagreta a las finas hierbas y queso en rulo

Carnes



Pavo relleno

de dátiles y salsa de mango



Film transparente

2 pechugas de pavo fileteadas

200 gr de dátiles sin hueso

Una gotitas de coñac

500 gr de agua

Para la salsa:

1 mango maduro

El zumo de 1 limón

Unas gotas de tabasco

Una cucharadita de tomate ketchup

Sal

50 gr de agua

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1 Pele el mango y córtelo en trozos despojándolo del hueso. Introdúzcalo en el **vaso** con el resto de los ingredientes de la salsa.

2 **Programe 3 minutos, velocidad 4.** Cuando termine compruebe que el mango está bien triturado, de no ser así, programe unos minutos más.

3 A continuación extienda un trozo de film transparente, coloque un filete de pavo, sazone y báñelo con unas gotas de coñac. Ponga encima varios dátiles y enrolle el filete sobre sí mismo. Envuélvalo en el film y ate los extremos. Haga un rollito con cada filete.

4 Vierta el agua en el **vaso** y coloque encima el **recipiente varoma** con los rollitos de pavo y dátiles. **Programe 25 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.**

5 Cuando termine, espere a que baje la temperatura, saque los rollitos del **recipiente varoma,** quíteles el envoltorio y córtelos en rodajas.

6 Coloque la salsa en el plato, disponga los rollitos encima y decore con finas hierbas.



Pavo relleno de dátiles y salsa de mango

Filete cordon bleu

al vapor



Para el recipiente varoma:

4 filetes de ternera

4 lonchas de jamón serrano

4 lonchas de queso para fundir

Film transparente

Para la salsa:

300 gr de dátiles sin hueso

200 gr de vino blanco

50 gr de mantequilla

50 gr de aceite de oliva

300 gr de agua

Sal

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Extienda el film transparente sobre una superficie lisa.
2. Coloque por este orden los ingredientes encima del film: un filete, una loncha de jamón serrano y una loncha de queso.
3. Enrolle el filete y envuélvalo con el film formando un rulo, átelo en los extremos *(véase* técnicas de elaboración, pág. 9); repita la misma operación con el resto de los filetes.
4. Coloque los rollitos en el **recipiente varoma,** tápelos y reserve.
5. A continuación coloque todos los ingredientes de la salsa en el **vaso** y **programe 30 segundos, velocidad progresiva 5-7-9.**
6. Transcurrido el tiempo ponga la tapadera, coloque el **recipiente varoma** sobre el **vaso** sin el **cubilete** y **programe 25 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.**
7. Espere un poco antes de destapar, desate los rollitos, trínchelos, colóquelos en un plato, vierta la salsa por encima y decore al gusto.



Filete cordon bleu al vapor

Blanqueta de ternera

100 gr de aceite de oliva

2 dientes de ajo

200 gr de cebolla

500 gr de carne de ternera blanca troceada

400 gr de nata líquida

200 gr de vino blanco

Sal

Pimienta

Para el recipiente varoma:

200 gr de champiñones laminados

200 gr de zanahoria en rodajas



PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Ponga el día anterior la carne dentro del frigorífico en remojo para que se desangre, y cambie el agua al menos 2 veces.
2. Coloque el champiñón y la zanahoria en el **recipiente varoma** y reserve.
3. Introduzca en el **vaso** el aceite, el ajo y la cebolla troceada, y **programe 5 minutos, velocidad 5.**
4. Desprenda lo que se haya adherido a las paredes del **vaso** con la ayuda de la **espátula** y coloque la **mariposa** en las **cuchillas.** Agregue el resto de los ingredientes.
5. Coloque el **recipiente varoma** en el **vaso** y **programe 30 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.**
6. Pasado el tiempo coloque la carne con su salsa en platos individuales y acompañe con la guarnición de champiñón y zanahoria que ha preparado en el **recipiente varoma.**
7. Si lo desea puede decorar el plato espolvoreando la carne con finas hierbas.



2 pechugas de pato

1/2 cubilete de aceite de oliva extra

2 dientes de ajo

250 gr de cerezas deshuesadas

50 gr de cebolla

50 gr de azúcar moreno

3 clavos

1/2 cubilete de oporto tinto

1/2 cubilete de aguardiente de cerezas

500 gr de cerezas

Sal

Pimienta

Pechuga de pato

con salsa de cerezas

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Vierta en el **vaso** el aceite, los dientes de ajo, la cebolla, el azúcar moreno y **programe 5 segundos, velocidad 3 1/2.** A continuación **programe 4 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 4.**

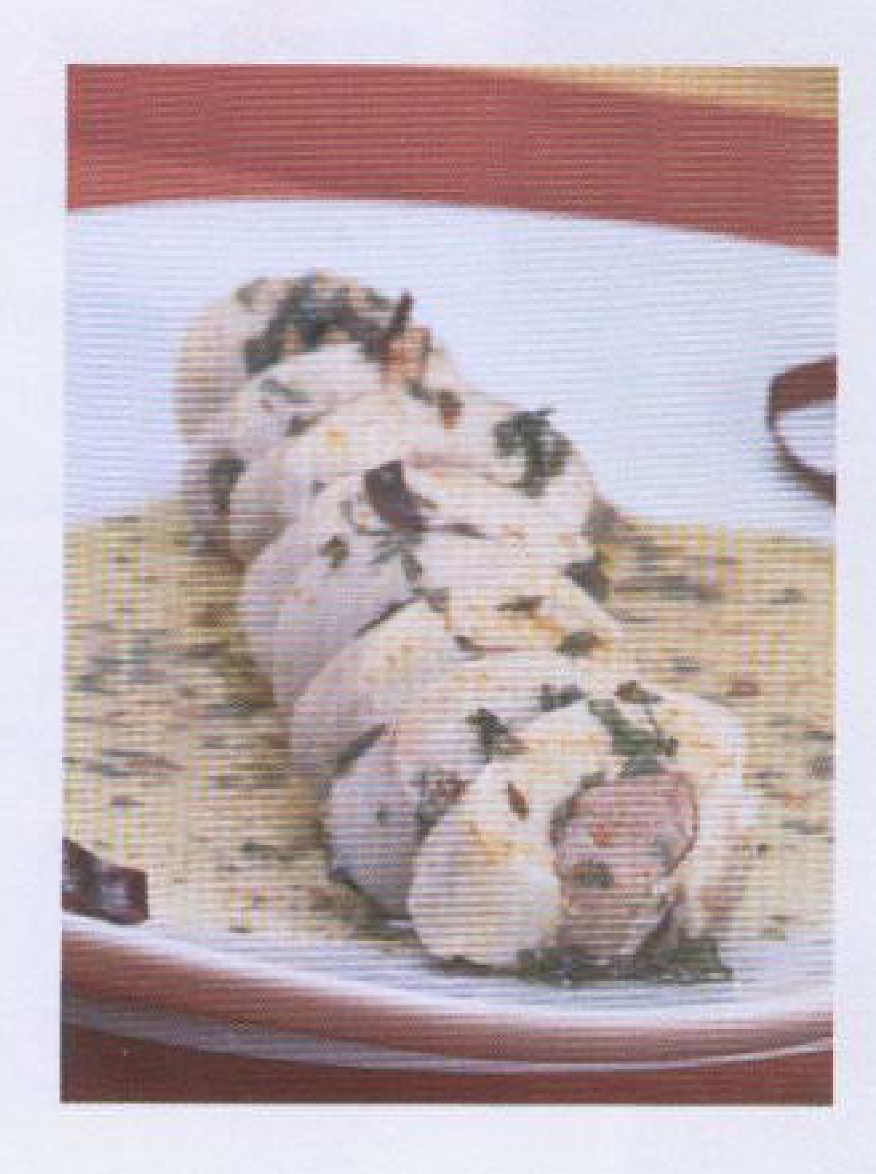
2. Transcurrido el tiempo, añada las cerezas, el oporto, el aguardiente y los clavos; sazone de sal y pimienta y **programe 10 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 3 1/2.** Reserve la salsa obtenida.

3. Sazone las pechugas de pato con sal y pimienta y dórelas del lado de la piel en una sartén engrasada y muy caliente durante unos minutos, con cuidado de que no se quemen, hasta que queden doradas y poco hechas por dentro.

4. Filetee las pechugas de pato finamente, vierta la salsa por encima y adorne con cerezas frescas.

Rollito de pollo y foie

con salsa chimichurri



3 pechugas de pollo

200 gr de foie

Film transparente

Sal

Pimienta blanca molida

500 gr de agua

Para la salsa:

1 guindilla seca sin pepitas

4 dientes de ajo

1 cucharadita de orégano

Pimienta blanca molida

200 gr de aceite de oliva

50 gr de vinagre

1 cucharadita de pimentón dulce

Sal

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

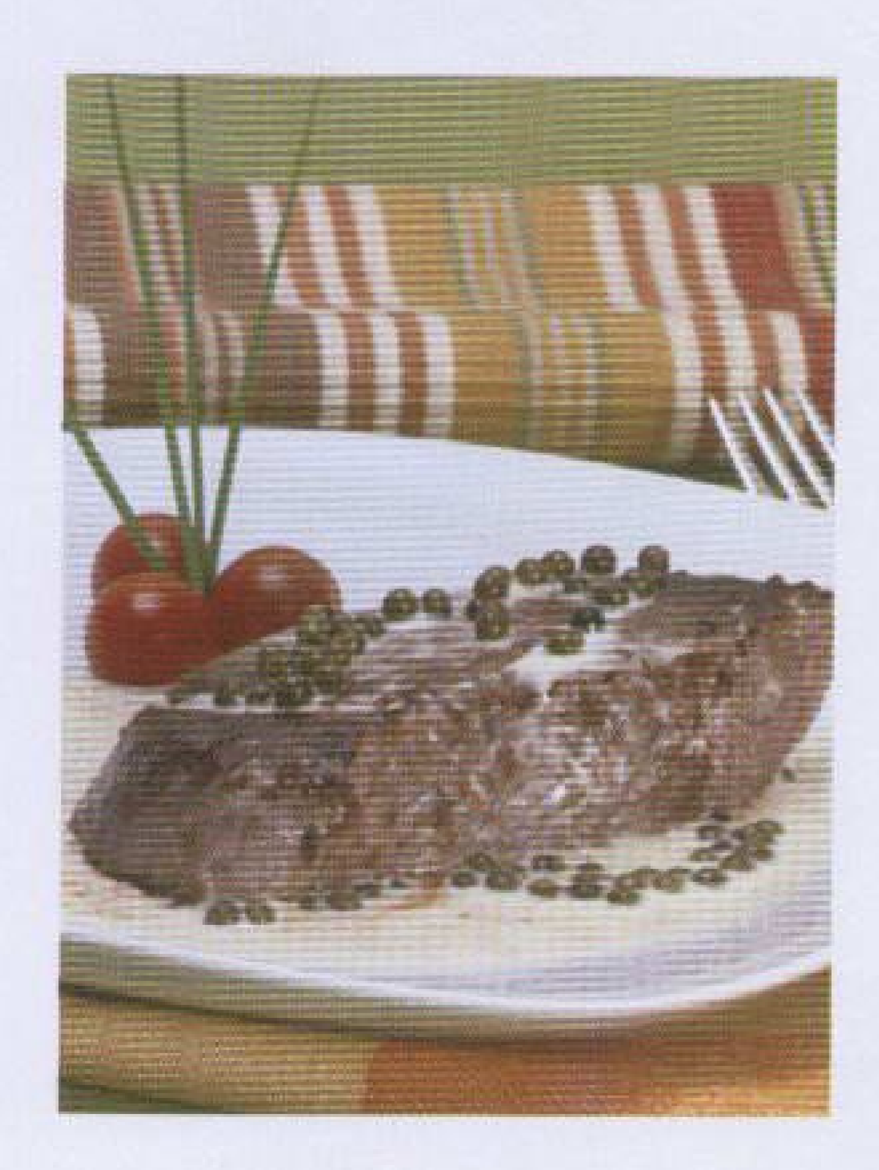
1. Ponga todos los ingredientes de la salsa en el **vaso** y **programe 1 minuto a velocidad progresiva 5-7-9.** Reserve.
2. Coloque cada pechuga de pollo, previamente aplastadas, sobre film transparente y en cada una ponga la cantidad de foie que le corresponda. Salpimiente. Haga un rollito con ello, y colóquelos en el **recipiente varoma.**
3. Ponga el agua en el vaso, coloque la tapadera y sobre ésta el **recipiente varoma** con los rollitos. **Programe 30 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.**
4. Transcurrido el tiempo espere un poco a que baje la temperatura, destape y compruebe que los rollitos están hechos, de no ser así, programe unos minutos más.
5. Retire el film transparente y corte en rodajas los rollitos.
6. Disponga los rollitos en una fuente y vierta la salsa chimichurri por encima.



Rollito de pollo y foie con salsa chimichurri

Solomillo de ternera

a la pimienta verde



4 solomillos de ternera

Para la salsa de pimienta:

50 gr de pimienta verde

200 gr de nata líquida

200 gr de vino blanco seco

2 dientes de ajo

50 gr de cebolla

50 gr de aceite de oliva

Sal

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Añada al **vaso** de la thermomix los dientes de ajo, la cebolla y el aceite de oliva y **programe 5 segundos a velocidad 3 1/2.** A continuación **programe 4 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 4.**

2. Baje con la ayuda de la **espátula** los restos que se hayan quedado en las paredes del **vaso,** ponga la **mariposa** en las **cuchillas** y añada la pimienta verde, la nata líquida y el vino blanco (reserve un poco para desengrasar la sartén). **Programe 5 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 3 1/2.** Reserve la salsa obtenida.

3. En una sartén con aceite muy caliente, fría ligeramente los solomillos por ambos lados justo antes de servir. Vierta en la sartén donde ha frito los solomillos un poco de vino blanco para recoger la sustancia del solomillo que haya quedado pegada y agréguela al vaso.

4. Para terminar la salsa **programe 5 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 3 1/2.**

5. Rocíe la salsa sobre los solomillos y si lo desea, puede acompañarlos con patatas al vapor.



Solomillo de ternera a la pimienta verde

Steak tartare

50 gr de alcaparras

50 gr de pepinillos en vinagre

50 gr de cebolla

50 gr de clara de huevo cocida

50 gr de yema de huevo cocida

50 gr de perejil

50 gr de mostaza

1 yema de huevo cruda

600 gr de solomillo de ternera

Sal

Pimienta blanca



PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1 **Pique** por separado las alcaparras, los pepinillos, la cebolla, el perejil, la clara de huevo y la yema a **velocidad progresiva 5-7-9 durante unos segundos** y reserve en platitos individuales como guarnición.

2 Corte la carne en trozos limpiándola bien de grasa; viértala en el **vaso** de 300 gr en 300 gr para un mejor resultado y **programe 10 segundos a velocidad 8.**

3 Agregue la yema de huevo cruda, la mostaza y la mitad de la guarnición. Salpimiente y **programe otros 10 segundos a velocidad 5.**

4 Rellene con la carne picada un molde engrasado con aceite, vuelque sobre un plato y sirva con el resto de la guarnición. Si lo desea, puede acompañar el steak tartare con una yema de huevo.



100 gr de aceite de oliva

100 gr de cebolla

250 gr de pimiento rojo

1 diente de ajo

100 gr de tomate natural pelado

500 gr de solomillo en tiras

1 cucharadita de pimentón dulce

1 cucharadita de pimentón picante

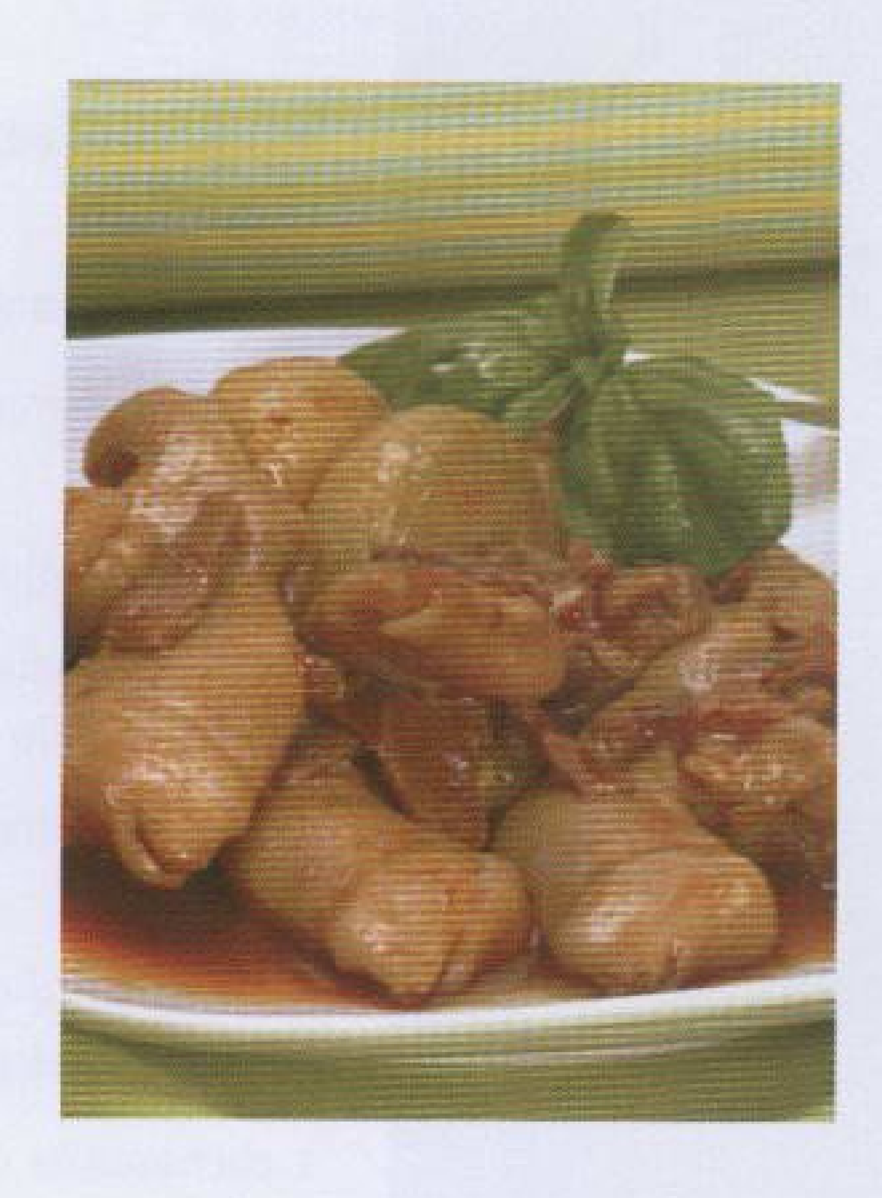
200 gr de agua

Solomillo strogonof

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Ponga dentro del **vaso** la cebolla y **trocee 6 segundos, velocidad 3 1/2.**
2. Saque la cebolla troceada y proceda de la misma forma con el pimiento. Añada la cebolla, el aceite, el ajo y el tomate triturado. **Programe 5 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 5.**
3. A continuación, con la ayuda de la **espátula,** baje los restos que se hayan quedado adheridos en las paredes del **vaso,** coloque la **mariposa** en las **cuchillas** y agregue el resto de los ingredientes. **Programe 10 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 1.**
4. Transcurrido el tiempo el solomillo estará en su punto para servir. Si lo desea puede acompañar el plato con unos costrones de pan.

Manitas de cordero guisadas



4 manitas de cordero abiertas por la mitad

400 gr de aceite de oliva

100 gr de jamón serrano

100 gr de cebolla

1 cucharada de pimentón dulce

2 dientes de ajo

100 gr de vino blanco

300 gr de agua

Sal

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Ponga en el **vaso** la cebolla y **trocee de 6 a 8 segundos, velocidad 3 1/2.** Reserve.
2. Saque la cebolla del **vaso,** ponga el jamón y dé **4 o 5 golpes de turbo.**
3. Añada al **vaso** el aceite y la cebolla y **programe 5 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 5.**
4. Saque el contenido del **vaso** e introdúzcalo en el **cestillo** junto con el resto de los ingredientes incluyendo las manitas de cordero.
5. Coloque el **cestillo** en la thermomix y **programe 40 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 4.**
6. Transcurrido el tiempo saque las manitas de cordero y colóquelas en un plato.
7. Rocíe la salsa resultante por encima y sirva caliente.



Manitas de cordero guisadas

Lomo de cerdo

con chorizo y salsa de cebolla



Para el recipiente varoma:

400 gr de lomo fresco en una pieza

200 gr de chorizo

Sal

Para la salsa:

3 cebollas medianas

100 gr de aceite de oliva

200 gr de vino blanco

300 gr de agua

Sal

Pimienta blanca molida

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Haga un corte en el centro del lomo con un cuchillo afilado y largo e introduzca el chorizo sin piel. Sazone y coloque en el **recipiente varoma.** Tápelo y reserve.
2. Trocee las cebollas, añádalas al **vaso** y **triture durante 6 segundos, velocidad 3 1/2.** Añada el aceite y **programe 5 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 2.**
3. A continuación añada el resto de los ingredientes de la salsa al **vaso.** Coloque el **recipiente varoma** reservado y **programe 30 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.**
4. Transcurrido el tiempo saque, con cuidado de no quemarse, el trozo de lomo y córtelo en filetes.
5. Coloque de forma vistosa las lonchas en platos individuales y vierta la salsa caliente por encima.



Lomo de cerdo con chorizo y salsa de cebolla

Pescados



Paquetitos de salmón ahumado

rellenos de espuma de marisco



6 lonchas de salmón ahumado
200 gr de langostinos
200 gr de gambas
200 gr de nata líquida
50 gr de ketchup
6 gotas de tabasco
6 gotas de salsa perrins

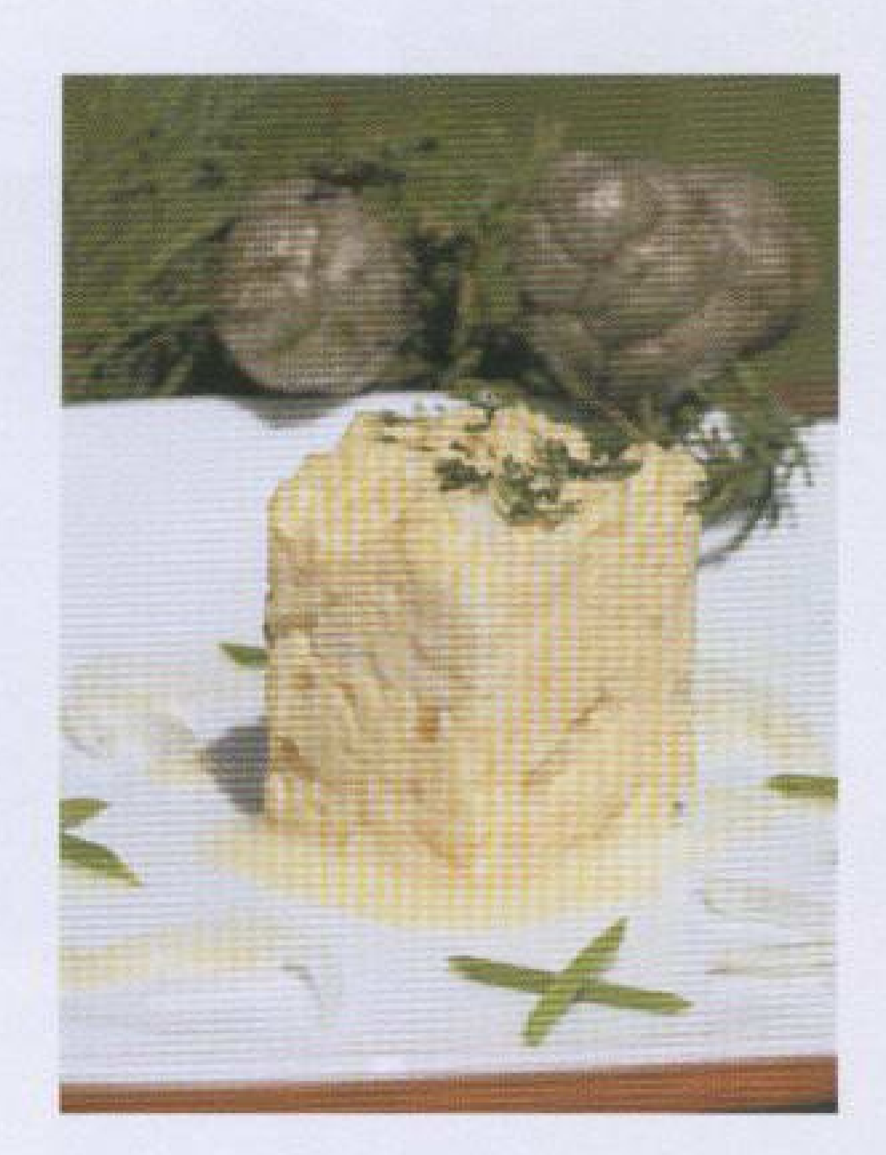
PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Pele los langostinos y las gambas y deseche las cabezas.
2. Triture en el vaso las gambas y los langostinos **a velocidad progresiva 5-7-9 durante unos segundos.** Retire del **vaso** y reserve.
3. Lave el **vaso,** séquelo y vierta la nata en el interior. Ponga la **mariposa** en las **cuchillas** y **programe velocidad 3** hasta que la nata se monte.
4. Incorpore los langostinos y las gambas trituradas y el resto de los ingredientes menos el salmón y **mezcle a velocidad 3 durante 1 minuto.**
5. Disponga las lonchas de salmón ahumado bien abiertas en un plato, coloque una cucharada de espuma de marisco en el centro de cada loncha y pliéguelas sobre sí mismas formando una especie de paquetitos cuadrados.



Paquetitos de salmón ahumado rellenos de espuma de marisco

Revuelto de bacalao



500 gr de lomos de bacalao

500 gr de cebolla

100 gr de aceite de oliva extra

8 huevos

500 gr de leche

Pimienta

Unas ramitas de perejil

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Ponga la noche anterior el bacalao a remojo cambiando el agua varias veces para que se desale.
2. Desmigue el bacalao desechando la piel y las espinas.
3. Pele las cebollas y córtelas en rodajas finas.
4. Ponga en el **vaso** el perejil y **programe 2 minutos a velocidad progresiva 5-7-9.** Saque del vaso y reserve.
5. Vierta en el **vaso** la cebolla y el aceite y **programe 7 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 4.**
6. Agregue el bacalao y **programe 5 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 1.**
7. Por último vierta el resto de los ingredientes y **programe 2 minutos, temperatura 90 °C, velocidad 3.**
8. El tiempo puede variar en función de si le gusta el revuelto más o menos cuajado.
9. Rectifique con un poco de pimienta, rellene moldes de la forma deseada y sirva el revuelto espolvoreado con el perejil picado.



Revuelto de bacalao

Filetes de lenguado al vino blanco

con champiñón

8 filetes de lenguado

8 champiñones

2 dientes de ajo

250 gr de vino blanco

250 gr de nata líquida

50 gr de aceite de oliva

Sal



PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Elimine la tierra de los champiñones con la ayuda de una servilleta y córtelos en láminas.
2. Limpie bien los filetes de lenguado de piel y espinas, salpimiéntelos y colóquelos verticalmente, enrollados sobre sí mismos, en el interior del **cestillo** junto con los champiñones. Reserve.
3. Pele los dientes de ajo e introdúzcalos en el **vaso. Triture durante unos segundos a velocidad 7.**
4. Añada al **vaso** el resto de los ingredientes y **programe 30 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 4.** Transcurridos 8 o 9 minutos pare la máquina, introduzca el **cestillo** y vuelva a conectarla hasta completar el tiempo. Rectifique de sal si fuera necesario.
5. Saque los rollitos de lenguado y colóquelos en un plato. Disponga los champiñones alrededor y rocíelo todo con la salsa resultante.



Para el recipiente varoma:

6 filetes de lenguado

6 filetes de salmón

Hojas de espinacas

Sal

Pimienta

Para el sofrito:

50 gr de aceite de oliva

100 gr de cebolla

100 gr de pimiento rojo

100 gr de pimiento verde

2 dientes de ajo

Salsa de tomate:

½ kg de tomate triturado

Unas hojas de albahaca

1 pastilla de caldo de pescado

Rollitos de lenguado, salmón y espinacas

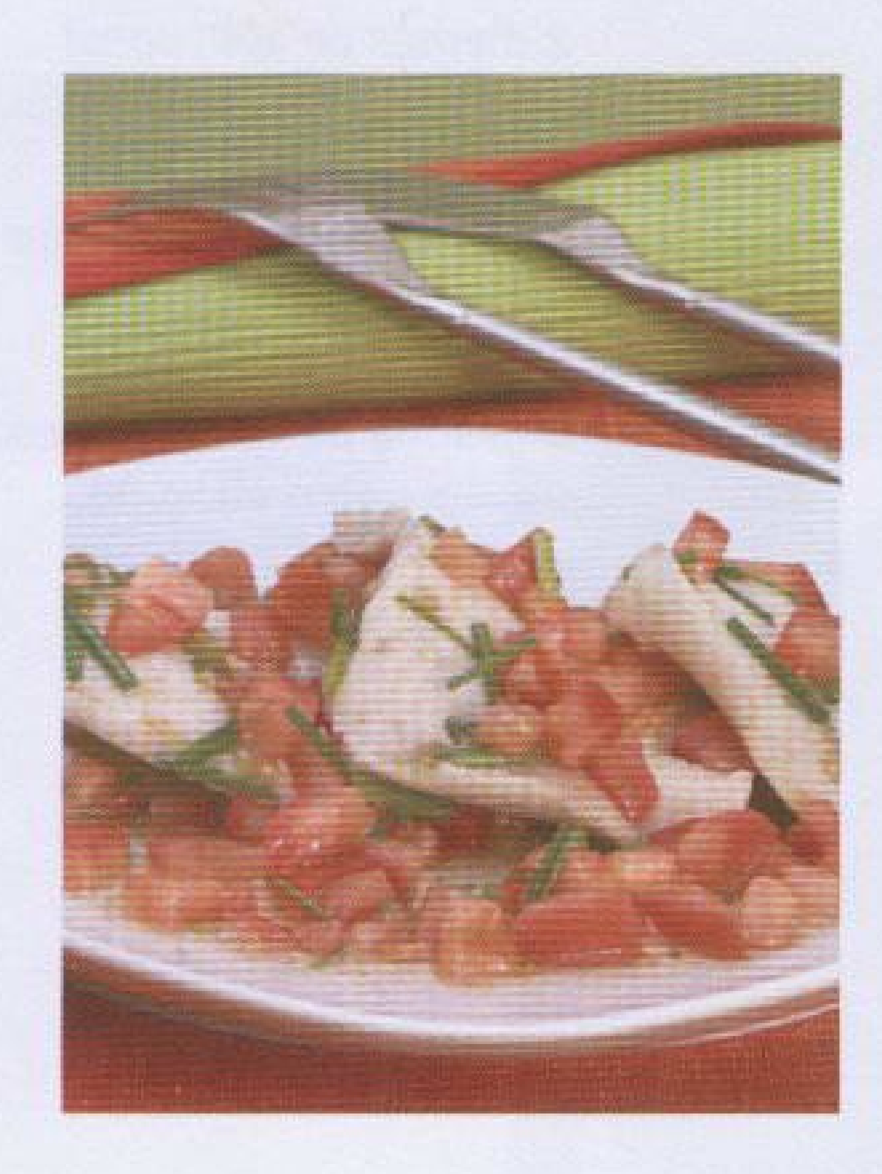
con salsa de tomate

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Limpie bien el pescado de piel y espinas.
2. Corte 3 tiras de film transparente y coloque en cada una 2 filetes de lenguado, encima 2 filetes de salmón, sobre éstos algunas hojas de espinacas y salpimiente al gusto. Enrolle el pescado sobre sí mismo, envuelva el rollito con el film transparente y anude los extremos.
3. Disponga los rollitos en el **recipiente varoma,** tápelo y reserve.
4. Ponga en el **vaso** los ingredientes del sofrito y **programe 7 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 4.** Para que quede todo bien triturado **programe unos segundos a velocidad 6.**
5. Con la ayuda de la **espátula** baje lo que se haya quedado en las paredes del **vaso** y añada los ingredientes de la salsa de tomate. Tápelo y **programe 30 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.**
6. Después de 8 o 9 minutos quite el **cubilete** de la tapa y coloque sobre ella el **recipiente varoma.**
7. Transcurrido el tiempo programado, deje reposar unos segundos hasta que baje la temperatura. Compruebe que los rollitos están cocidos, retire el film y corte los rollitos en rodajas.
8. Disponga las rodajas en un plato y sirva acompañadas de la salsa de tomate.

Merluza hervida

con vinagreta tibia de tomates con cebollino



3 filetes de merluza sin espinas

Sal

Para la salsa:

300 gr de tomates maduros

3 cubiletes de aceite de oliva

1 cubilete de vinagre de jerez

1 ramillete de cebollino

Sal

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

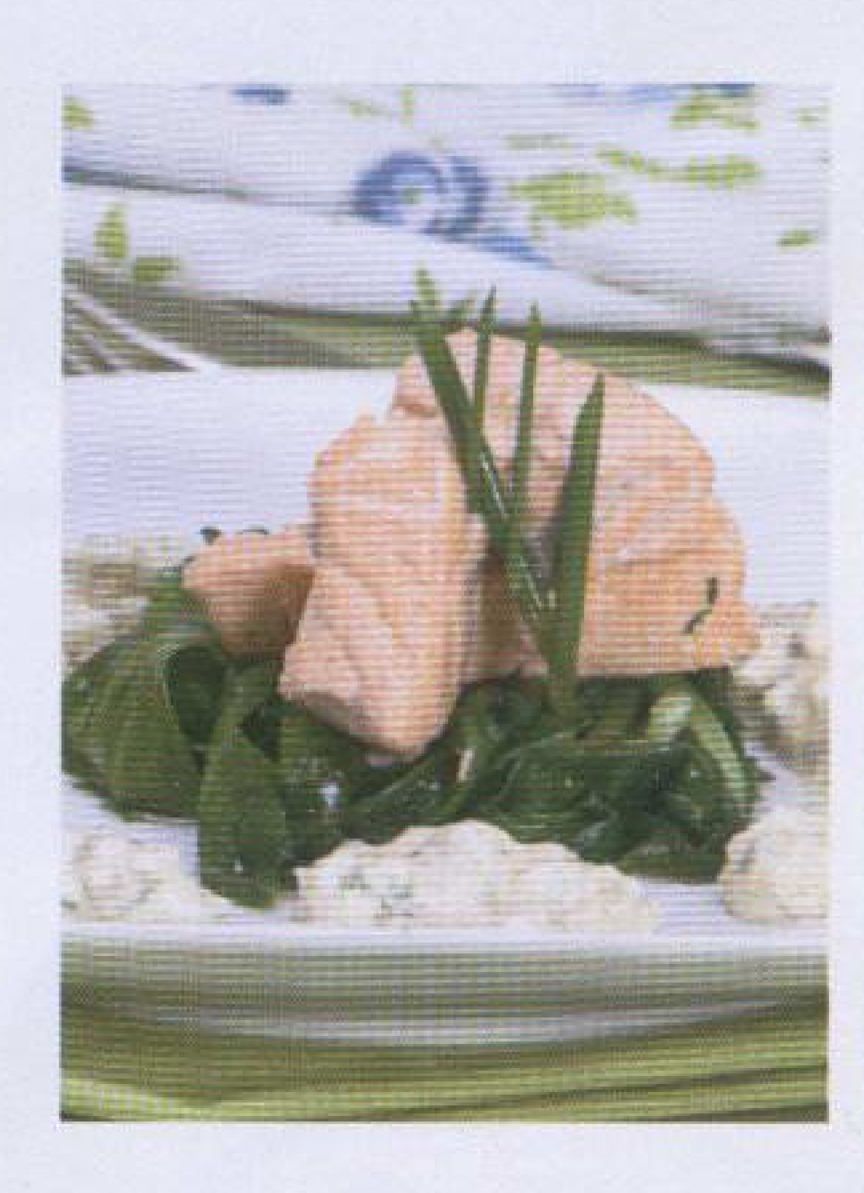
1. Introduzca el cebollino en el **vaso** y **programe 6 segundos, velocidad 3 1/2.** Saque el cebollino del **vaso** y reserve.
2. Corte los tomates en trozos pequeños, introdúzcalos en el **vaso** y **programe 6 segundos a velocidad 3 1/2.**
3. A continuación, baje con la ayuda de la **espátula** los restos de las paredes del **vaso,** coloque la **mariposa** en las **cuchillas** y vierta el aceite en el interior. **Programe 30 minutos, temperatura 90 °C, velocidad 1.**
4. Mientras se aliñan los tomates, corte en dos los filetes de merluza, sálelos, introdúzcalos en el **recipiente varoma** y coloque éste en el **vaso** para que hiervan al vapor de su salsa.
5. Una vez aliñados los tomates, coloque los filetes en un plato.
6. Añada a la salsa el vinagre de jerez y el cebollino troceado y **mezcle con la mariposa 2 minutos a velocidad 1.**
7. Rectifique de sal y vierta la salsa sobre el pescado.



Merluza hervida con vinagreta tibia de tomates con cebolino

Salmón al vapor

con espinacas y salsa tártara



3 rodajas de salmón

400 gr de espinacas

500 gr de agua

Sal

Pimienta blanca molida

Para la salsa tártara:

Pepinillos en vinagre

Cebollitas en vinagre

Alcaparras

1 ramita de perejil

Para la mayonesa:

1 huevo

1/2 cubilete de agua

Sal

Zumo de 1/2 limón

400 gr de aceite de oliva

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Añada al **vaso** todos los ingredientes de la salsa y **programe 5 segundos, velocidad 3 1/2.** Reserve en un cuenco.

2. Limpie el **vaso** e introduzca todos los ingredientes de la mayonesa excepto el aceite y **programe unos segundos a velocidad 5. Programe a velocidad 4** y vierta el aceite poco a poco por el bocal con el **cubilete** ligeramente inclinado para que no salpique. Una vez terminada mezcle con el resto de los ingredientes de la salsa tártara. Reserve en el frigorífico.

3. Salpimiente las rodajas de salmón, ya limpias y sin espinas, y colóquelas en el **recipiente varoma** bien cerrado.

4. Lave meticulosamente las hojas de espinaca en varias aguas para eliminar todo resto de tierra.

5. Coloque la **mariposa** en las **cuchillas**, añada al **vaso** las espinacas y el agua y sazone al gusto.

6. Coloque el **recipiente varoma** con las rodajas de salmón sobre el **vaso** y **programe 20 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.** Cuando termine compruebe que el salmón está bien cocido. Escurra el agua de las hojas de espinaca y colóquelas en un plato formando una montañita, sobre ésta ponga el salmón y decore alrededor con la salsa tártara.



Salmón al vapor con espinacas y salsa tárta

Tartar de salmón

300 gr de salmón fresco

50 gr de pepinillos troceados

50 gr de alcaparras en vinagre

1 huevo cocido

50 gr de zumo de limón

50 gr de mostaza

1 manojito de cilantro

50 gr de aceite de oliva extra

Sal

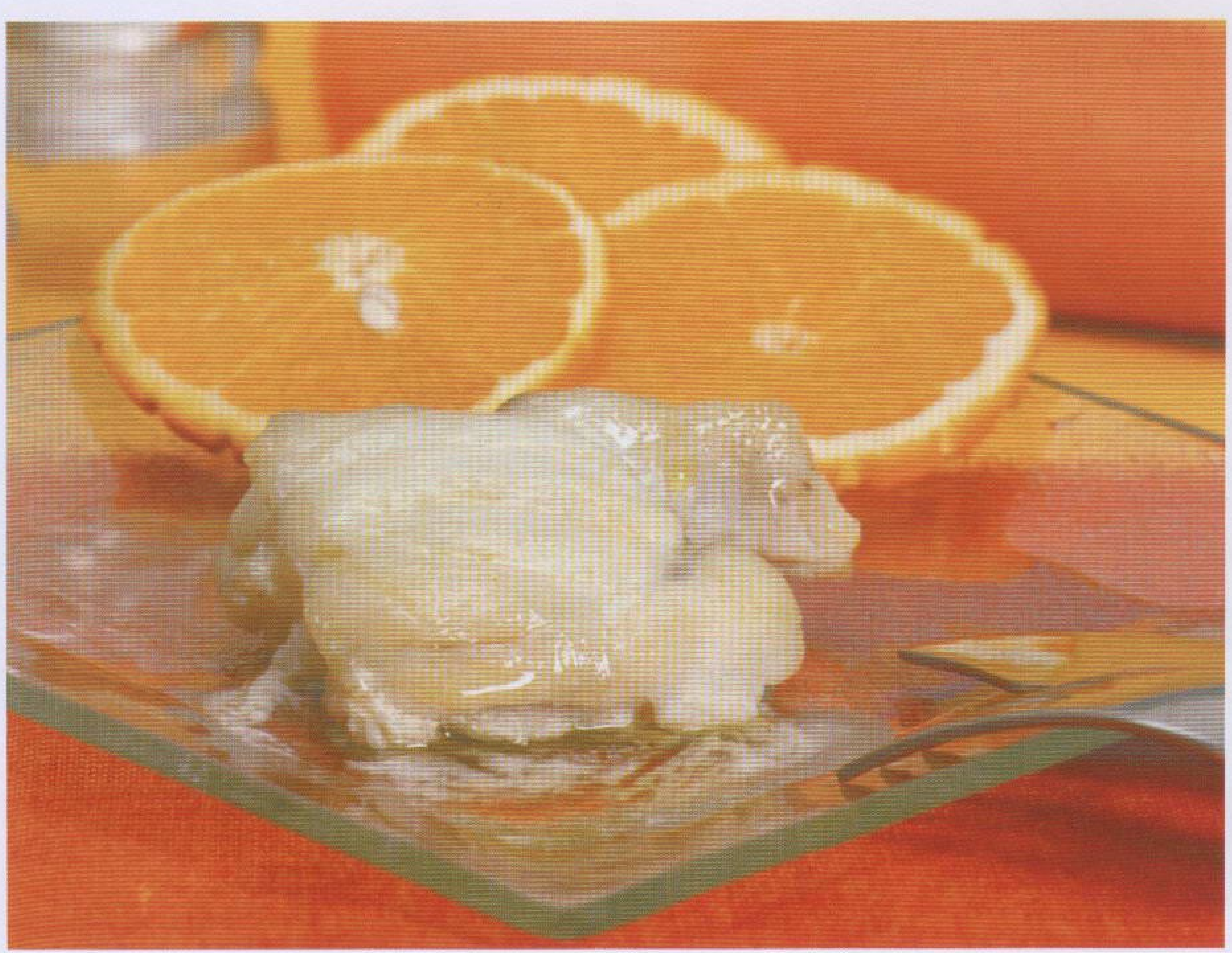
Pimienta

Pimiento rojo para decorar



PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Corte el salmón en trozos desechando la piel y las espinas.
2. Introdúzcalo en el **vaso** y **programe 8 segundos, velocidad 8.**
3. Saque el salmón del **vaso** y reserve.
4. Lave y seque el **vaso** y la tapa. A continuación coloque el resto de los ingredientes menos el zumo de limón, el aceite y la mostaza.
5. **Pique a velocidad progresiva 5-7-9,** agregue el salmón reservado y por último añada el zumo de limón, el aceite y la mostaza.
6. Salpimiente y **programe 10 segundos, velocidad 3 1/2.**
7. Rellene con la mezcla obtenida un molde engrasado con aceite y vierta boca abajo sobre un plato.
8. Si lo desea decore con las tiras de pimiento rojo.



Para la salsa de naranja:

250 gr de zumo de naranja

50 gr de vino blanco

100 gr de nata líquida

50 gr de agua

Sal

Pimienta blanca molida

Para el recipiente varoma:

500 gr de rape

2 naranjas

Unas ramitas de eneldo (opcional)

Aceite de oliva para pintar el papel

Papel de aluminio

Sal gorda

Rape a la naranja en papillote

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Corte unos trozos grandes de papel de aluminio para poder envolver correctamente las rodajas de rape y unte el centro con aceite.
2. Coloque en cada trozo de papel de aluminio una rodaja de rape, otra de naranja no muy gruesa y una ramita de eneldo; sazone con un poco de sal gorda, cierre bien los paquetes y colóquelos en el **recipiente varoma** bien tapado. Reserve.
3. Introduzca el resto de los ingredientes en el **vaso** de la thermomix y **programe 6 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.**
4. Cuando empiece a hervir retire el **cubilete** de la tapadera y ponga sobre la misma el **recipiente varoma** que habíamos reservado.
5. **Programe 20 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.** Cuando termine, espere un poco a que pierda temperatura y retire el **recipiente varoma del vaso.**
6. Puede servir el rape envuelto o no y acompañado de la salsa de naranja.

Gulas

con puré de patata a la gallega



300 gr de gulas

1 diente de ajo

1/2 guindilla seca

100 gr de aceite de oliva

1/2 cucharadita de pimentón dulce

Para el puré:

300 gr patatas peladas y troceadas

50 gr de mantequilla

200 gr de leche entera

Sal

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Coloque todos los ingredientes del puré en el **vaso** y **programe 10 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 3 1/2.** Obtendrá un puré de patata suave y ligero. Reserve.

2. Una vez terminado el puré limpie y seque bien el **vaso** e introduzca el aceite de oliva, el diente de ajo, el trozo de guindilla y la cucharada de pimentón. **Programe 5 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 3.**

3. Transcurrido el tiempo baje los restos adheridos a las paredes del **vaso** con la ayuda de la **espátula** y coloque la **mariposa** en las **cuchillas.** Añada las gulas y **programe 3 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 1.**

4. Disponga el puré en el fondo del plato y encima las gulas con su salsa.



Gulas con puré de patata a la gallega

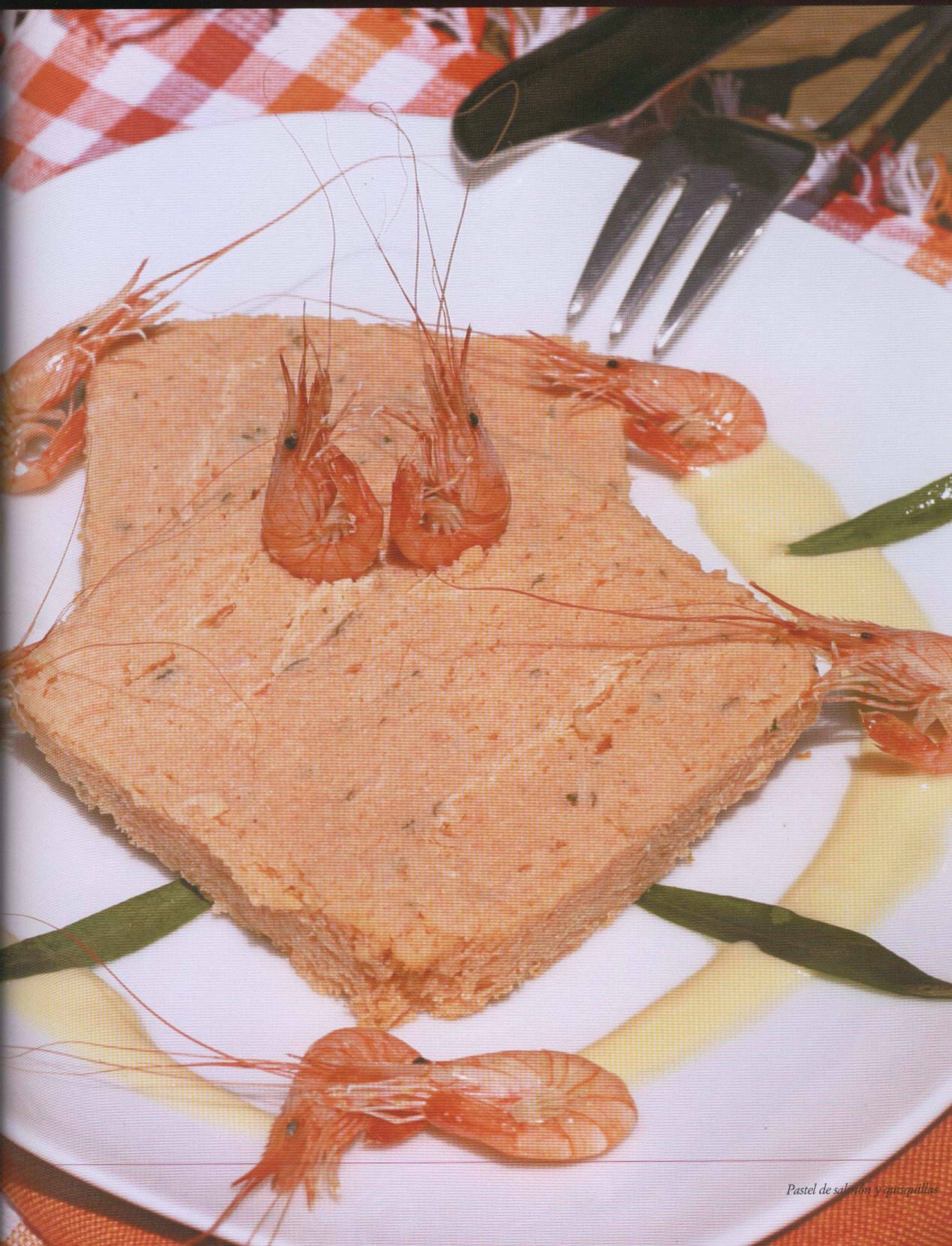
Pastel de salmón y quisquillas



500 gr de salmón fresco
200 gr de quisquillas
1 diente de ajo
2 huevos
100 gr de nata líquida
100 gr de leche
150 gr de gelatina en polvo
40 gr de aceite de oliva virgen extra
Sal
Pimienta blanca molida
Nuez moscada
Salsa mayonesa

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Limpie el salmón de piel y espinas y pele las quisquillas.
2. Ponga la **mariposa** en las **cuchillas.** Vierta el aceite y **programe 2 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.**
3. Añada un ajo y **programe 3 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.**
4. Agregue el salmón y las quisquillas y **programe 7 minutos más a la misma temperatura y velocidad.**
5. Retire la **mariposa** de las **cuchillas,** añada el resto de los ingredientes y **programe 7 minutos, temperatura 90 °C, velocidad 4.**
6. Transcurrido el tiempo, quite la temperatura y **programe 2 minutos, velocidad 5.** Si queda grumoso, deje que descienda la temperatura y **triture a velocidad 8.**
7. Unte un molde con aceite y vierta la pasta en él.
8. Deje enfriar en el frigorífico un par de horas, desmóldelo, sirva acompañado de salsa mayonesa y decore si lo desea con algunas quisquillas.



Pastel de salmón y quisquillas

Postres



Dulce de manzana



600 gr de manzanas reineta

1 limón

500 gr de azúcar

100 gr de sidra natural

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Trocee las manzanas y deseche las pepitas. Pele el limón quitando la parte blanca y despepítelo.
2. Introduzca todos los ingredientes en el **vaso** y **programe 30 segundos a velocidad progresiva 5-7-9.**
3. Si fuera necesario, baje con la **espátula** lo que se haya adherido a las paredes del vaso.
4. A continuación **programe 30 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 5.**
5. Transcurrido el tiempo, vierta el contenido del **vaso** en un recipiente y déjelo enfriar.
6. Cuando esté frío córtelo y colóquelo en una fuente antes de servir.
7. Decórelo al gusto.



Dulce de manzana

Arroz con leche anisado



1 1/2 l de leche entera
200 gr de arroz
La piel de 1 naranja
La piel de 1 limón
1 palito de canela
1 pellizco de sal
150 gr de azúcar
100 gr de aguardiente de anís
25 gr de anís

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Coloque la **mariposa** en las **cuchillas** y vierta en el vaso todos los ingredientes excepto el azúcar.
2. **Programe 40 minutos, temperatura 90 °C, velocidad 1.**
3. A continuación añada el azúcar y **programe 2 minutos a la misma temperatura y velocidad.**
4. Vierta el arroz con leche en recipientes individuales, espolvoree con canela y si lo desea decore con unas estrellitas de anís.
5. Este arroz con leche resulta muy agradable por su exquisito sabor y aroma anisado.



Arroz con leche anisado

Granizado de granadina

con menta y angostura



1 cubilete de granadina

1 cucharadita de angostura

200 gr de azúcar

1 ramillete de menta

500 gr de agua

500 gr de hielo

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Vierta el azúcar en el **vaso** y **programe 20 segundos a velocidad progresiva 5-7-9.**
2. Añada las hojas de menta y **programe 20 segundos más.**
3. Agregue los cubitos de hielo, el agua, la granadina y la angostura y **programe 30 segundos a velocidad 5.**
4. Sirva el granizado en el momento para que el hielo no se deshaga y decore si lo desea con unas hojitas de menta.



Granizado de granadina con menta y angostura

Nata con fresas y nueces



500 gr de nata líquida

300 gr de fresas o fresón

150 gr de azúcar glas

200 gr de nueces peladas

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Asegúrese de que la máquina y la nata estén muy frías antes de montar ésta. Si no ha enfriado antes la máquina, triture hielo y deséchelo.
2. Ponga la **mariposa** en las **cuchillas.** Coloque la nata líquida dentro del **vaso** y **programe 90 segundos a velocidad 3.**
3. Transcurrido el tiempo compruebe que la nata está montada, de no ser así programe unos segundos más hasta que se monte.
4. A continuación añada las fresas, bien lavadas, secas y troceadas, y el azúcar y **mezcle unos segundos más a velocidad 3.**
5. Coloque la mezcla resultante en copas de helado individuales y esparza las nueces por encima.
6. Si lo desea puede adornar las copas colocando algunas fresas sobre la nata.



Nata con fresas y nuec

Churros a la madrileña con canela



300 gr de leche

3 cucharaditas de sal

250 gr de harina

2 huevos

1 cucharadita de azúcar

1 cucharadita de canela en polvo

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1 Vierta en el **vaso** la leche, la sal, el azúcar y la canela y **programe 5 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 1.**

2 Añada la harina de una sola vez y **programe 15 segundos a velocidad 4.**

3 Deje templar la masa durante 5 minutos aproximadamente retirando el **vaso** de la peana.

4 Bata los huevos ligeramente en un recipiente.

5 Ponga el **vaso** nuevamente en la máquina, **programe velocidad 4** y añada los huevos batidos poco a poco.

6 Introduzca la masa resultante en una manga pastelera y deje reposar unos minutos.

7 Forme los churros sobre un papel engrasado con aceite y vuélquelos en una sartén con aceite muy caliente hasta que se doren.

8 Retire de la sartén y colóquelos sobre una servilleta absorbente para eliminar el exceso de aceite.

9 Sírvalos espolvoreados con canela y azúcar.



Churros a la madrileña con canela

Croquetas de manzana



200 gr de manzana reineta

30 gr de cebolla

50 gr de aceite de oliva

100 gr de margarina

170 gr de harina

800 gr de leche

200 gr de azúcar

Para el rebozado:

50 gr harina

1 huevo

50 gr pan rallado

PREPARACIÓN PARA 4 PERSONAS

1. Corte las manzanas sin quitarles la piel y colóquelas en el **vaso. Programe 6 segundos a velocidad 3 1/2.** Retire del **vaso** y reserve.
2. Introduzca en el **vaso** el aceite, la margarina y la cebolla y **programe 3 minutos, temperatura 100 °C, velocidad 5.**
3. Transcurrido el tiempo, añada la harina y **programe 2 minutos, temperatura 90 °C, velocidad 4.**
4. Incorpore la leche y **mezcle 10 segundos a velocidad 8** para que quede todo con una textura homogénea.
5. **Programe 7 minutos, temperatura 90 °C, velocidad 2 1/2** y añada la manzana reservada y el azúcar por el bocal.
6. Cuando pare la máquina, deje reposar unos segundos.
7. Por último hacemos unas bolitas en forma de manzana con la masa y las pasamos primero por harina, luego por huevo y por último por pan rallado.
8. En una sartén con abundante aceite de oliva caliente, fría las bolitas de manzana hasta que se doren.
9. Si lo desea puede colocar un poco de cebollino para decorar.


Croquetas de manzana

El rincón del paladar

En *El rincón del paladar,* los platos siempre salen bien: basta con seguir las sencillas instrucciones para lograr los resultados que se ven en las fotografías. Hemos elegido las recetas más deliciosas e innovadoras, creadas por chefs y profesionales con experiencia. Además, las hemos probado tres veces para asegurarnos los mejores resultados. ¡Que lo disfrute!

© SUSAETA EDICIONES, S.A.
Campezo, s/n - 28022 Madrid
Tel.: 913 009 100 - Fax: 913 009 118
www.susaeta.com
ediciones@susaeta.com

